



Il test della Doppia Luna: disegnare il conflitto familiare

INDICE:

1. Il contesto mutevole dei rapporti sociali
2. Il perché della Doppia Luna
3. Il ruolo dei conflitti di lealtà
4. Somministrazione
5. Interpretazione del test
6. Somministrazioni alternative
7. Possibili utilizzi del test
8. Bibliografia generale di riferimento
9. Altre letture su HT

1. Il contesto mutevole dei rapporti sociali

La natura sempre più mutevole dei legami sociali, tipica della nostra epoca, restituisce l'immagine di un contesto relazionale i cui confini appaiono inevitabilmente soggetti al cambiamento: la dimensione affettiva è divenuta preda di una polisemia invadente e disorientante, a tutto sfavore del benessere emotivo individuale. Fattori come mutevolezza, provvisorietà, liquidità rendono i legami sempre più complicati da definire e incerti da mantenere, mentre una società bisognosa di novità e continuo mutamento fa il resto.

Il risultato è la costruzione di uno scenario affettivo costruito su basi sdruciolevoli, in cui la voglia di cambiamento non si tramuta in flessibilità adattiva o in crescita evolutiva, ma diviene un vissuto di insicurezza che rende "pericolosamente" fluttuante il Sé relazionale.

Sulla spinta di queste oscillazioni anche i confini del nucleo familiare, considerato il fondamento relazionale per eccellenza, perdono la propria attendibilità per cedere il posto ad uno spostamento dei confini ora per eccesso, ora per difetto. I sempre più frequenti casi di adozione, divorzio, convivenza pongono le basi per la costruzione di un clima familiare mutevole e complesso, in cui l'aggiunta o la scomparsa di elementi passa dall'eccezione alla regola.

In questo scenario si mostra opportuno, per gli operatori del settore, reperire uno strumento che sia in grado di valutare con oggettività le conseguenze relazionali che esitano dalle trasformazioni familiari, ai fini di identificare, in maniera quanto più attendibile e tempestiva, la presenza di vissuti conflittuali in grado di tramutarsi in autentici disturbi patologici, oltre che in fattori ostruenti del benessere familiare.



2. Il perché della Doppia Luna

Il test della **Doppia Luna** (ideato e presentato dalla Dott.ssa Ondina Greco nel 1999) è pensato al fine specifico di indagare:

- il **vissuto emotivo** dei componenti di un nucleo familiare che ha subito una trasformazione;
- le **conseguenze strutturali occorse dal cambiamento**, con attenzione specifica alla ricollocazione specifica dei ruoli dopo l'ingresso di nuovi componenti e la sparizione di altri;
- la **percezione globale del cambiamento** così come vissuto dai singoli soggetti, nell'intento di identificare possibili conflittualità rimosse o taciute, l'influenza di elementi assenti, blocchi evolutivi dell'intero sistema familiare.

Il fattore di **indagine della conflittualità** si presenta come l'elemento ispiratore del test. La stessa denominazione lo anticipa, richiamando al "doppio" come ad un'ambiguità provocata dall'effrazione di un'unicità originaria - quella del legame familiare sottoposto a trasformazione - da cui scaturiscono scenari destabilizzanti e per certi aspetti traumatici, in cui gli opposti risultano in perenne contrasto.

Al contempo, il riferimento alla luna evoca un contesto inevitabilmente mutevole: è infatti la luna a regolare con le sue fasi il ritmo delle maree, delle stagioni, persino dei raccolti e delle semine, ed è sempre il suo misterioso fluire a comportare mutamenti - celesti e terreni - dall'imprevedibilità sostanziale. Nulla di più rappresentativo dell'elemento lunare, dunque, per esprimere la genesi di un nucleo familiare ricostituito che, presentando caratteristiche al contempo generative e luttuose, non sfugge ad una matrice "fisiologicamente" conflittuale.

3. Il ruolo dei conflitti di lealtà

Uno degli elementi più critici, nella dimensione di un nucleo familiare sottoposto a trasformazione, sembra relativo al ricollocamento dei **nuovi confini strutturali** in una modalità che si mostri **integrativa** dei fattori di rinnovamento e **continuativa** di quelli residui, così da conciliare, in ognuno dei componenti, velleità di attaccamento al passato e di proiezione verso il futuro (Cigoli, 1997; Erickson, 1984).

Fattori ostativi al raggiungimento di un senso di collettività condivisa, all'interno del nuovo nucleo, sono i **conflitti di lealtà** (Boszormenyi, 1988), laddove con questo termine si intende il patto di reciproca fedeltà implicitamente stipulato tra i componenti di una famiglia, e altrettanto implicitamente trasmesso in via intergenerazionale, a dispetto delle mutazioni del nucleo familiare o di eventi separativi dello stesso (morte, divorzio).

Questo nodo intergenerazionale non disconosciuto né disconoscibile costruisce un contesto evolutivo familiare ostile e ambivalente, in cui il *nuovo* trova tormentosa collocazione o fatica a farsi spazio.

Il vissuto conflittuale, nello specifico, nasce dall'impossibilità di sottrarsi ad un passato ancora presente e dall'obbligo di non violazione di un patto mai verbalizzato né metabolizzato nel suo senso più profondo. Se ne conosce l'esistenza e l'obbligo di mantenimento, ma non il contenuto specifico.

I componenti si trovano ostaggio di vissuti ambivalenti tra la fedeltà a questo patto inviolabile e una



volontà di approccio al cambiamento che incombe, chiedendo di essere considerato in una prospettiva significativa. Risolvere il dubbio non è facile. Dunque ci si può sentire parte di una famiglia quando il percepito emotivo è ancora legato alla formazione precedente, così come si può avvertire, nella famiglia attuale, la presenza di un componente che per qualsiasi ragione non ne fa più parte (Iafrate, 1996). In un simile scenario, accogliere la presenza di elementi sostitutivi o aggiuntivi - quali nuove figure genitoriali o figli adottivi - si mostra ancora più difficile, soprattutto perché i disagi conflittuali legati ai patti di lealtà sono molto spesso inconsci e non verbalizzabili. Sul presupposto che i conflitti vengano meno solo quando si sviluppa la capacità di investire in nuovi oggetti d'amore e di strutturare una visione sintetica e non sincretica della relazione oggettuale, vediamo come il test della Doppia Luna attinga molto del suo modello interpretativo dall'assetto psicodinamico, in cui ritornano imperanti il concetto di **latenza** - uno stato di realtà che, pur distante o perduta, continua ad esistere nel mondo interno - e di **lutto non rielaborato**, in riferimento a questa stessa realtà, che ha portato alla perdita non rielaborata di un oggetto perduto (Freud, 1917) (in questo caso il legame familiare precedente).

La prospettiva che vede la dimensione psichica rappresentata sotto forma di **spazio** viene invece mutuata dalla **psicologia sociale di Lewin** (1951), in cui lo stato mentale appare un coacervo di regioni cerebrali, suddivise da confini e delimitazioni che il soggetto riesce a superare più o meno funzionalmente, manifestando in un caso benessere e nell'altro frustrazione e immobilità emotiva. L'intento diagnostico è analogo a quello del già noto **Family Space Theory** (Gozzoli, Tamanza, 1998), volto ad indagare, attraverso una rappresentazione grafica, la percezione affettiva del nucleo familiare con finalità elicitante di dinamiche e vissuti conflittuali. Si nota tuttavia una differenza strutturale: se il FST si premurava di collocare graficamente lo spazio familiare all'interno di un cerchio, il test della Doppia Luna ha sostituito questa forma geometrica con quella di un rettangolo; dunque il testando deve posizionare se stesso e la propria famiglia, con i componenti che ritiene ne facciano parte, nello spazio di una cornice rettangolare predisposta. La modifica non è fine a se stessa: si è infatti rilevato come la forma lineare ed omogenea del cerchio, di per sé evocativa di un senso di continuità, favorisca l'attivazione di meccanismi di difesa volti a celare vissuti conflittuali. Al contrario, la forma rettangolare, essendo dotata di uno spazio in cui posizioni escludenti e svalutanti possono ricevere rappresentazione drammatizzata, mostra maggior propensione all'emersione del conflitto; è soprattutto la presenza degli angoli ad agevolare l'esternalizzazione di velleità emarginanti verso uno dei componenti, oltre che l'ammissione implicita di un vissuto autosvalutante, nel caso in cui la collocazione angolare riguardi il Sé.

Ancora, la conformazione perimetrale spezzata del rettangolo può elicitare, con maggiore facilità rispetto alla linearità del cerchio, sensazioni di frattura e interruzione, o la volontà di fuga da situazioni familiari considerate opprimenti. Il livello di angoscia può risultare così elevato, nel soggetto, da spingerlo a cercare vie di fuga grafiche alla stessa, magari raffigurando lungo il perimetro del rettangolo la presenza di porte, finestre, via d'uscita improvvisate, a simboleggiare esplicitamente la sua voglia di allontanamento.

L'utilizzo dello strumento grafico contribuisce da una parte a rendere più chiara ed immediata la componente espressiva, e dall'altra ad aggirare il controllo cosciente sui meccanismi di difesa, grazie ad una caratteristica proiettiva e per questo distanziante dal Sé, tipicamente evocata dal disegno.



4. Somministrazione

Si tratta di un test privo di caratteristiche psicometriche, essendo basato interamente sull'analisi dei disegni realizzati dai soggetti. Può essere somministrato ad adulti e bambini, in maniera **individuale** o **congiunta**; in questo caso coppie e famiglie dovranno compilare contemporaneamente il disegno, e il tempo di compilazione non dovrà superare, in genere, i 20 minuti.

I materiali per la somministrazione sono pochi e di facile reperibilità: è sufficiente un foglio bianco della grandezza pari a 50 x 30 cm, sul quale dovrà essere prestampato un rettangolo di dimensioni pari a 30 x 20 circa. Alcuni clinici utilizzano, in sostituzione del foglio, una lavagna con le medesime dimensioni, e dei gessi colorati.

È inoltre prevista la registrazione o la videoregistrazione dell'intera sessione diagnostica, nella certezza che un visione differita possa rivelarsi utile ai fini di un'interpretazione più profonda e consapevole dei significati interattivi emersi.

L'operatore deve dare inizio ai lavori esordendo con la seguente frase: "*Questo rettangolo rappresenta il suo mondo, cioè quello che le interessa, le persone per lei importanti. Lo spazio esterno al rettangolo è tutto ciò che c'è al di fuori di questo mondo*".

Seguono **cinque consegne consecutive**.

- Nella **prima** l'operatore dovrà chiedere al soggetto di rappresentare se stesso con un simbolo specifico di suo gradimento, e di collocarsi all'interno del cerchio nella posizione che preferisce.
- La **seconda consegna** prevede il disegno di altre persone, indicate sempre con un simbolo, che il soggetto deve collocare all'interno del rettangolo. Lo psicologo dovrà precisare che la distanza o la presenza attuale delle persone non hanno alcuna importanza: egli deve rappresentare chi vuole nel rettangolo, ivi compreso persone scomparse o non più presenti nella sua vita.
- La **terza consegna** chiede di inserire in un medesimo cerchio le persone che, ad avviso del soggetto, fanno parte della stessa famiglia. È possibile disegnare anche più cerchi o intersecarli tra loro, come si ritenga opportuno.
- Nella **quarta consegna (o inchiesta del conflitto)** si chiede al testando in quale cerchio si sente collocato. Si tratta della consegna più delicata, che il clinico dovrà condurre con discrezione ed empatia, in modo da ottenere quante più informazioni possibili senza attivare meccanismi di difesa e resistenze. È infatti proprio attraverso questa rappresentazione che è possibile vedere in quale cerchio familiare il soggetto si sente inserito, e individuare la presenza di eventuali conflitti rappresentati da collocazioni angolari, distanze, esclusioni.

Aggiunte o inserimenti di membri: può accadere che un soggetto decida di inserire un elemento che non fa parte della famiglia, o **escludere un membro** che compone il nucleo. Si parla, in quest'ultimo caso, di **elemento mancante**, la cui presenza-assenza dovrà essere indagata tramite inchiesta al fine approfondire i motivi dell'esclusione. Si dovrà comunque chiedere una collocazione spaziale successiva del soggetto mancante, magari con una domanda aperta del tipo: "*Dove crede che potrebbe essere collocato l'elemento mancante?*".

Nel caso di bambini separati dalla famiglia d'origine a causa di adozione o affidamento,



l'elemento mancante può sovente corrispondere ad uno dei componenti della famiglia d'origine o della famiglia adottiva. In presenza di bambini orfani di madre o di padre, al contrario, l'elemento mancante può risultare il genitore defunto o il nuovo compagno del padre o della madre, mentre i casi di separazione o divorzio implicano la possibilità, piuttosto frequente, che a mancare nella dimensione familiare siano i nuovi compagni dei genitori o il genitore che si è rivelato causa della separazione. In tutti questi casi, dati i pregressi complicati della storia familiare, sarà opportuno che lo psicologo introduca l'argomento - sia quello dell'adozione sia quello del divorzio - con una certa prudenza. Ad esempio potrà assicurarsi che il bambino conosca la storia della sua adozione o della separazione dei genitori e, in caso emerga una conoscenza solo parziale degli eventi, egli dovrà indagare, tramite domande dirette, quali sono gli eventi di cui il bambino sa e può riferire.

- La **quinta e ultima richiesta**: con una domanda vagamente evocativa, il clinico cerca di identificare la discrepanza tra le aspirazioni del soggetto e la realtà oggettiva, e dunque il suo grado di realizzazione e appagamento all'interno dei legami familiari. La domanda è rivolta nel seguente modo: "*Se avesse una bacchetta magica cosa cambierebbe di questo disegno?*". Si può anche chiedere se c'è un'altra persona che si vorrebbe aggiungere e in quale cerchio, o se al contrario si desidera spostare un elemento della famiglia in un'altra posizione nel rettangolo, e in questo caso chiedere di chi si tratta. Oltre che un'indagine condotta per verificare quali elementi della famiglia il soggetto continua a percepire ancora presenti malgrado la loro assenza, quali avverte come intrusi e quali vorrebbe escludere, l'inchiesta è volta ad estrapolare dall'inconscio la natura del Sé reale e del Sé ideale, comprendere i meccanismi di difesa, individuare legami conflittuali con individui assenti o presenti, portare alla luce i patti di lealtà.

5. Interpretazione del test

La prima operazione interpretativa è relativa **all'impressione globale** che il disegno suscita nell'operatore. Si tratta, dunque, di valutare le evidenze grafiche, il tratto, la simmetria, il rapporto tra parte vuota e parte piena, le dimensioni, le ombreggiature e le cancellature, al fine di scoprire eventuali valorizzazioni o svalutazioni ottenute attraverso iperinvestimento grafici, scotomizzazioni, ma anche valutazioni di stati emotivi quali ansia, flessione timica, disorganizzazione, aggressività. Come in ogni altro tipo di test grafico, sarà inoltre opportuno osservare parametri quali occupazione dello spazio, qualità della rappresentazione, tema rappresentato, realismo e identità dei soggetti raffigurati.

Sarà necessario interpretare anche il **non detto**, e quindi gli elementi attinenti alla sfera gestuale e interattiva durante la compilazione, della sua capacità collaborativa, del suo atteggiamento globale verso il test e verso il terapeuta. Nel caso in cui si tratti di una somministrazione collettiva l'attenzione dovrà essere rivolta anche all'adesione globale al compito, alla capacità comunicativa e interattiva dei soggetti, alla competenza di integrazione e compartecipazione al disegno.

Si passa, poi, ad **un'interpretazione analitica**, che tenga conto dei singoli elementi utilizzati nella compilazione:

- **Tipologia dei simboli**. Lo psicologo dovrà valutare la qualità della simbologia con cui il soggetto ha scelto di rappresentare se stesso e gli altri componenti, e analizzare i motivi per



cui, eventualmente, può averla differenziata per ognuno di essi.

- **Grandezza e posizione del simbolo identificativo.** Nella prospettiva che una dimensione più grande e netta rappresenti una valorizzazione, laddove una grafica più piccola e indefinita serva a minimizzare il ruolo del soggetto nella storia familiare, si potrà operare una prima operazione differenziante circa il vissuto emotivo verso ogni componente.
- **Convenzionalità e popolarità dei simboli.** Ovvio come rappresentare un soggetto con un cerchietto o con una croce non equivarrà ad una rappresentazione che avvenga con un simbolo di più scarso utilizzo e congruenza contestuale (ad esempio un teschio, un pupazzo, una bambola). Se ne dovrà indagare il motivo in entrambi i casi.
- **Utilizzo degli spazi,** e dunque l'utilizzo del foglio, del rettangolo, dei confini, degli angoli, delle delimitazioni esterne. Valutazione di collocazioni marginali o angolari, soggetti esclusi o rimpiccioliti, al fine di individuare eventuali velleità di esclusione, iper o ipovalutazione di un soggetto.
- **Numero dei cerchi** che rappresentano le singole famiglie, quantità e qualità dei componenti che fanno parte di ciascuna, e collocazione precipua del soggetto all'interno di essi. *Ad esempio, si posiziona nella famiglia precedente o in quella attuale? Se è un adottato, si colloca in quella biologica o in quella affettiva?*
- **Presenza degli elementi del conflitto** (soggetto e nuovo compagno del padre o della madre, soggetto e genitore divorziato), posizione in cui sono stati collocati.
- **Valutazione di poli assenti - elementi mancanti** e indagine sul motivo dell'esclusione ed eventuale ricollocamento all'interno di una delle famiglie.
- **Spazio del desiderio,** relativo alla volontà del soggetto di cambiare qualcosa del disegno: cosa e quanto vuole cambiare, in che modalità, se con desiderio di avvicinamento o di allontanamento, se di allargamento dei confini o di restringimento degli stessi, se di regressione ad una fase precedente, etc.

Da non sottovalutare eventuali incertezze o blocchi nel disegno, difficoltà, silenzi, rifiuti e commenti, e tutte quelle fonti di informazione integrative non verbali che l'operatore non può ignorare, data la loro salienza valutativa.

6. Somministrazioni alternative

Ai fini di ottenere un prospetto diagnostico più completo e attendibile, è possibile somministrare il test in una duplice versione: una **individuale preventiva** ed una **congiunta** immediatamente **successiva**.

Il motivo di una duplice scelta compilativa mostra una certa lungimiranza: è infatti possibile che la presenza degli altri componenti del nucleo familiare, così come richiesto in un contesto di somministrazione collettiva, possa attivare meccanismi di difesa volti ad inibire la rivelazione dei medesimi vissuti conflittuali emersi durante la somministrazione individuale.

Il Falso Sé cui è attribuibile questa condotta difensiva acquiescente può essere ispirato da due situazioni di base:

- in caso di rapporti familiari caratterizzati da buoni livelli comunicativi e da un soddisfacente



livello di regolazione emotiva, il soggetto può temere che l'ammissione del proprio conflitto si riveli compromissorio del clima collettivo, che possa dar vita a crinali divisori irreversibili o a situazioni di cui proverebbe vergogna. Quindi si risolve a tacere il disagio in una modalità che prende il nome di **distorsione protettiva**, in quanto dettata dalla volontà di preservare gli scambi affettivi già esistenti all'interno della famiglia;

- in presenza di dinamiche familiari fredde ed ipercritiche, basate su un basso livello comunicativo, scarsa competenza affettiva, pensiero concreto e insufficiente negoziabilità relazionale, il soggetto, soprattutto se bambino, può sentirsi ugualmente paralizzato nella velleità di esternare il conflitto; si parla in questo caso di **distorsione difensiva**, in quanto finalizzata a difendere il proprio vissuto emotivo da presenze familiari presumibilmente autoritarie che potrebbero mettere in atto, a seguito della rivelazioni, condotte ritorsive.

Alternativamente il contenuto del test può mostrarsi analogo in entrambi i contesti di somministrazione. In questo caso si parla di:

- **replica libera**, se la sovrapposibilità dei disegni è dovuta ad un clima familiare positivo e portato al dialogo, in cui i componenti si sentono liberi di esprimersi in una modalità di reciproca collaborazione e autenticità affettiva;
- **replica provocatoria o indifferente**, se la sostanziale eguaglianza delle rappresentazioni grafiche, anziché sottendere un clima di genuinità emotiva e comunicativa, segnala la volontà di indifferenza e di provocazione verso l'altro, al quale si vuol negare qualsiasi tipo di considerazione, sia affettiva sia esistenziale, negando la presenza del conflitto, o al contrario palesandola in via provocatoria al fine di ottenere una reazione squilibrante.

Un ultimo indicatore della qualità delle relazioni è costituito dalla c.d. **distorsione della consegna**, un caso particolare in cui lo stesso clinico, a causa dell'intenso livello di tensione reciproca manifestata tra i familiari in sede interattiva, decide volontariamente di non somministrare la consegna n. 4 relativa all'identificazione del conflitto, al fine di non creare una possibile degenerazione relazionale o non attivare conflitti simmetrici non negoziabili.

In alcune occasioni si è mostrato utile eseguire la compilazione del test in via **prospettica o retrospettiva**, e dunque in riferimento ad un avvenimento passato o futuro, al fine di valutare la portata di un evento critico già avvenuto o prossimo e le sue conseguenze emotive; in altri contesti, soprattutto clinico-terapeutici, è opportuno chiedere di eseguire il test in una modalità **mentalizzante**, volta ad assumere la **prospettiva affettiva** dell'altro, in una posizione di **perspective taking** in grado di suscitare una maggiore negoziabilità comunicativa; al testando viene richiesto esplicitamente di vestire i panni dell'altro, cercando di individuare, comprendere e validare la sua dimensione emotiva, in un tentativo di risonanza empatica che sia in grado di ridurre le distanze affettive e i blocchi comunicativi.

7. Possibili utilizzi del test

Il test della Doppia Luna può rivelarsi di agevole applicazione in ambito **clinico** - sia in contesti diagnostici che terapeutici - ma anche per interventi supportivi in cui sia necessario palesare la presenza di un conflitto, farne emergere le polarità inconciliabili, stabilire i mezzi di difesa che ne



impediscono la verbalizzazione e la rielaborazione, destrutturare i fattori di mantenimento in grado di favorirne la perpetrazione.

In **sede di ricerca** il test della Doppia Luna si rivela un utile strumento di indagine circa i bisogni della famiglia, le modalità comunicative e gli aspetti interattivi tra i componenti, consentendo altresì di individuare direttamente, durante la somministrazione, quali elementi del test sono in grado di elicitare risposte genuine e interpretabili, e quali invece possono causare reazioni difensive, indifferenti, o non utilizzabili a fini interpretativi; ma anche per individuare più precisamente la natura dei conflitti, le modalità in cui vengono fronteggiati, gli aspetti critici e le risorse del soggetto e della famiglia - in una prospettiva di superamento degli uni e di potenziamento delle altre.

8. Bibliografia

- **Boszormenyi- Nagy, I., Spark, G.M.(1988)**, *Lealtà invisibili. La reciprocità nella terapia familiare intergenerazionale*, Astrolabio, Roma
- **Cigoli, V. (1997)**, *Intrecci familiari. Realtà interiori e scenario relazionale*, Cortina, Milano
- **Erickson, E. (1982)**, *I cicli della vita, continuità e mutamenti*, Armando, Roma 1984
- **Freud, S. (1917)**, *Lutto e melanconia*, OSF, vol. 8, a cura di Musatti, C. Bollati Boringhieri, Torino, 1978
- **Iafrate, R. (1996)**, *Conflitto, separazione e percezione dei conflitti familiari in famiglie separate con adolescenti*, in *Ricerche di Psicologia*, 20, 2, pp. 79-113
- **Gozzoli, C., Tamanza, G. (1998)**, *Family Life Space. L'analisi metrica del disegno*, Franco Angeli, Milano
- **Lewin, K.(1951)**, *Field Theory in Social Science*, Harper and Row, NY
- **Ondina, G. (1999)**, *La Doppia Luna, Test dei confini e della appartenenze familiari*, Vita e Pensiero, Milano
- **Scabini, E., Cigoli, V. (2000)**, *Il familiare*, Raffaello Cortina, Milano
- **Scabini, E. (1995)**, *Psicologia sociale della famiglia*, Boringhieri, Torino
- **Winnicott, D.W. (1965)**, *La famiglia e lo sviluppo dell'individuo*, Armando, Roma, 1968
- **Winnicott, D.W. (1971)**, *Gioco e realtà*, Armando, Roma, 1977

9. Altre letture su HT

- Claudia Nissi, "*Psicoterapia relazionale: la scultura familiare*", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika nr. 182, 2021
- Rebecca Farsi, "*Le relazioni oggettuali nel Test di Rorschach*", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika nr. 174, 2021
- Luisa Fossati, "*A cosa fare attenzione quando vogliamo utilizzare i test?*", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika nr. 155, 2019